

mit Clara Kühne
sprach Lukas Mutzner

Kaum jemand kommt so oft mit dem Tod in Berührung wie Clara Kühne. Hunderte von Menschen hat sie bereits beim Sterben begleitet. Die 62-jährige Melserin arbeitet seit 20 Jahren ehrenamtlich als Sterbebegleiterin für die Hospizgruppe Sarganserland. Trotz der anspruchsvollen Arbeit hat sie ihre positive Einstellung nie verloren.

Wie ihr das gelingt, warum das Begleiten von Sterbenden keine Bürde ist und warum der Umgang mit Angehörigen oft schwieriger ist, erzählt Kühne im Gespräch mit dem «Sarganserländer».

Frau Kühne, Menschen, die Sie begleiten, lachen, weinen, beten mit Ihnen – und dann sind sie weg. Für immer. Das muss einen ziemlich mitnehmen.

CLARA KÜHNE: Das höre ich oft. Dabei denke ich an einen Satz, den ich von einer Palliativschwester in einem Buch las: «Einem Kind hilft man gerne auf die Welt. Warum sollte man nicht auch einen Menschen mit Freude begleiten, wenn er diese Welt wieder verlässt?» Für mich ist klar, dass wir hier nur eine begrenzte Zeit leben können und das, was nachher kommt, noch viel schöner sein wird. Natürlich ist der Tod auch mit Trauer verbunden. Aber Trauer ist ja nicht immer etwas Schlimmes. Für mich ist es ein Zeichen der Liebe.

Kühne verstummt für einen Moment. Sie setzt ihre Brille ab und wischt sich eine Träne aus dem Gesicht. Sie erzählt vom Tod ihrer Brüder. Gleich zwei hat sie in den letzten drei Jahren verloren, der älteste starb bereits vor 30 Jahren.

Ich hatte eine sehr starke Bindung zu ihnen, da meine Eltern in meiner Kindheit verstarben und sie von da an für mich zuständig waren. Natürlich hat mich der Tod meiner Brüder stark mitgenommen. Es ist nicht das Gleiche, ob man jemand begleitet, den man gar nicht richtig kennt, oder jemand aus dem eigenen Umfeld stirbt. Es ist wichtig zu unterscheiden. Sonst wäre diese Arbeit viel schwerer.

Hat der Tod Ihrer Eltern dazu geführt, dass Sie heute Menschen in ihren letzten Momenten begleiten?

Zum Teil bestimmt. Früher sprach man nie über den Tod. Man musste ihn einfach hinnehmen. Ein Prozess der Verarbeitung fand nur bei wenigen statt. Vielleicht ist das Begleiten sterbender Menschen für mich eine Möglichkeit, mit meinen eigenen Erfahrungen besser umzugehen. Ich bin froh, dass der Tod heute kein Tabuthema mehr ist.

Warum?

Es macht den Umgang mit meiner Arbeit leichter. Ich bekomme zum Beispiel mehr positive Signale aus der Gesellschaft. Früher fragten sich viele, warum ich das überhaupt mache. Das kann doch nicht normal sein, sagten sie. Heute werde ich das schon auch noch gefragt, aber nie im negativen oder ablehnenden Sinn. Das Begleiten ist ja auch keine Bürde.

Der Cholschlagerbach tost durch die Tobel-Grotte in Tils oberhalb Plons, während Kühne das Taschentuch wegsteckt. Das unüberhörbare Rauschen des Wasserfalls hallt von den Wänden wider. Trotzdem spricht Kühne leise – passend



Ein Ort der Kraft: In der Tilsler Tobel-Grotte oberhalb Plons gedenkt Clara Kühne oft der Verstorbenen.

Bild Lukas Mutzner

«Es ist wichtig, rechtzeitig loszulassen»

Viele Menschen meiden das Thema Tod. Nicht so Clara Kühne, die seit 20 Jahren Sterbende begleitet. Was auf den ersten Blick bedrückend wirken mag, ist für die 62-jährige Melserin eine Bereicherung.

zur Ruhe, die dieser Ort und sie ausstrahlen.

Wir befinden uns gerade an einem Ort, an dem Sie Kraft schöpfen. Denken Sie hier oft an die Menschen, die Sie in den Tod begleitet haben?

Diese Menschen sind für mich hier genauso präsent wie meine Eltern oder meine Brüder. Jemanden in seinen letzten Stunden zu begleiten, kann eine sehr starke Nähe schaffen. So etwas vergisst man nicht so schnell, besonders an einem für mich so wichtigen Ort wie diesem.

Gibt es eine Person oder allgemein eine Erfahrung, an die Sie sich dabei besonders oft erinnern?

Ein starkes Gefühl der Dankbarkeit erlebte ich, als ich zu einem Patienten ins Spital gerufen wurde, der kurz vor dem Tod stand. Ich erinnere mich noch, dass ich, wie immer, egal ob jemand wie in dieser Situation nicht mehr viel mitbekommt, den Patienten begrüßte und mich mit ihm unterhielt. Trotz sei-

«Einem Kind hilft man gerne auf die Welt. Warum sollte man nicht auch einen Menschen mit Freude begleiten, wenn er diese Welt wieder verlässt?»

nes schlechten Zustands spürte ich, dass er meine Nähe suchte.

Einfach so? Ich meine, der Patient konnte sich ja nicht klar ausdrücken.

Das ist ja etwas vom Schönsten bei der Begleitung. Mit den Jahren an Erfahrung entwickelt man von Beginn an ein starkes Vertrauen zu den Patienten. Dadurch weiss man genau, ob jemand Nähe will oder nicht.

Entschuldigen Sie mich für die Unterbrechung. Erzählen Sie mehr von Ihrer Erfahrung mit dem Patienten.

Etwa sechs Stunden war ich bei ihm. Kurz bevor ich merkte, dass er gleich sterben wird, streckte ich ihm meine Hand entgegen und wünschte ihm alles Gute. Plötzlich zog er mich an sich. Im ersten Moment erschrak ich, denn der Patient hatte sich vorher ja nie bewegt. Er kam auf mich zu, küsste mich auf die Wange und flüsterte mir leise ins Ohr: «Danke.» Ich bekomme noch heute Gänsehaut, wenn ich daran denke.

Sie lernen Personen von einer Seite kennen, die nur wenige je zu Gesicht bekommen. Wie gehen Menschen mit ihrem unausweichlichen Tod um?

Das hängt stark von der jeweiligen Situation ab. Manche haben Angst davor. Früher war das die Angst vor der Hölle. Heute ist das seltener, aber viele fürchten sich noch immer vor dem Tod. Häufig sind es aber auch die Angehörigen, die nicht loslassen können und den Sterbenden so fast schon zur Last fallen.

Im Gespräch wird deutlich, welche grosse Rolle der Glaube für Kühne spielt. Sie schüttelt den Kopf, als sie von der Angst vor der Hölle erzählt. Es sei traurig, wie extrem man früher die Bibel ausgelegt habe. Dabei sei Gottes Wort doch voller Liebe.

Das klingt, als wäre der Umgang mit Angehörigen oft schwieriger als der mit Patientinnen und Patienten.

Ja, so ist es. Vor allem, wenn die Kinder sich nicht einig sind, ob man sich von der Person verabschieden oder weiter alles versuchen soll. Für mich wäre es auch belastend, wenn sich meine Kinder in so einer Situation streiten würden. Natürlich verstehe ich, dass diese Entscheidung nicht einfach ist. Ich selbst habe Angst, meine Liebsten zu verlieren. Aber es ist wichtig, rechtzeitig loszulassen.

Letztlich sterben wir alle. Ein furchteinflössender Gedanke – zu mindest für mich. Sie aber sind sich den Tod gewohnt. Schüchtern Sie der eigene Tod überhaupt noch ein?

Einschüchtern würde ich es jetzt nicht nennen. Natürlich mache ich mir Gedanken, aber eigentlich sage ich immer, dass es schon gut gehen wird. Angst habe ich nur vor dem Tod meiner Liebsten. Dass ich mal sterbe, ist für mich zweitrangig.

Eine Gruppe von Grottenbesuchern trifft ein. Herzlich wird gegrüsst. Kühne antwortet mit einem Lächeln und macht mit Handzeichen freundlich klar, dass man sich gerade im Gespräch befindet. Dabei fällt auf: Alle kennen sie Kühne und Kühne kennt sie.

Was macht die Hospizgruppe Sarganserland?

Die Hospizgruppe Sarganserland unterstützt schwerkranke und sterbende Menschen in der Region.

Ehrenamtliche Mitarbeitende bieten praktische Hilfe und emotionale Unterstützung, sowohl für die Betroffenen als auch für deren Angehörige. Im Gegensatz zu einem herkömmlichen Hospiz werden Patientinnen und Patienten in der Regel nicht stationär, sondern zu Hause oder in Heimen begleitet. Eine Ausnahme bildet die «Hospizwohnung», die eigens für die Betreuenden hergerichtet wird und sich in Mels befindet. Zudem werden Trauertreffs angeboten, wo sich Betroffene austauschen und gegenseitig unterstützen können. Die Hospizgruppe sucht Mitglieder, die anderen Zeit schenken möchten und zuhören können. Bei Interesse kann man sich online informieren. (Im)

www.hospiz-sarganserland.ch